Nr. 19.

Opłata uiszczona ryczałtem.
Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDIATRYCZNE

Po powrocie z letnisk do miasta.

Lwia część rodzin wraz z dziećmi już wróciła ze wsi, podmiejskich letnisk lub uzdrowisk do wielkiego miasta. Wyjazd z wielkiego miasta na letnisko odbywał się pod znakiem nadziei, że nadwątlone przez okres zimowych miesięcy zdrowie naszych dzieci ulegnie pokaźnej poprawie, że wymizerowane, wątłe, wybladłe, chude, zwiędłe dzieci wrócą ze wsi czerstwe, zdrowe, radosne, roześmiane, opalone, ze znacznym przybytkiem wagi, z ogromnym zapasem zdrowia i sił na okres gorszych miesięcy jesieni i zimy.

Nadzieje te w dużej mierze ziściły się, zrzadka tylko słyszy się skargi matek, że to lub owe dziecko zamało lub wcale nie poprawiło się na letnisku.

Faktem jest jednak niezaprzeczalnym, że dla dzieci wielkomiejskich pobyt w lecie na wsi jest niezbędny, pożyteczny, konieczny.

To też po powrocie do murów wielkomiejskich ze wsi musimy usilnie dążyć do tego, aby dobroczynne skutki pobytu naszych dzieci na wsi utrzymać, stan posiadania ich zdrowia możliwie utrwalić.

W tym celu odbywamy z dzieckiem dłuższe spacery, wybierając do tego ulice, miejsca, gdzie możliwie najmniej kurzy się, odwiedzamy pobliskie skwery, parki, ogrody, a w niedziele i święta wczesnym rankiem — póki ciepło i pogoda sprzyja, wyjeżdżamy nawet na cały dzień poza miasto. Słowem przebywamy z dziećmi jak najdłużej na świeżem i możliwie czystem powietrzu.

Idąc na spacer, nie ubieramy dzieci zbyt ciepło, bo wtedy rozgrzane i spocone najłatwiej zapadają na najprzeróżniejsze nieżyty dróg oddechowych. Łatwo też zapadają dzieci w ciepłych i dusznych mieszkaniach i dlatego też należy okna w mieszkaniach trzymać otwarte całemi dniami, póki pogoda i ciepło dopisuje. Dzieci nasze staramy się utrzymać w czystości, często je myjąc i kąpiąc, jak również dbamy o czystość naszego mieszkania, pościeli i mebli, nie żałujemy zatem mydła i wody, a wilgotną ścierką starannie ścieramy z okien ram podłogi i mebli kurz, który dyskretnie tam lubi gromadzić się, zatruwając nasze i dzieci naszych zdrowie.

Staramy się również utrzymać lub poprawić apetyt u naszych dzieci, urozmaicamy więc możliwie nasz jadłospis, wyzyskując do tego owoce i jarzyny. Zaradna i chętna matka i gospodyni domu z takich chociażby zwyczajnych, codziennych jarzyn, jak kartofle i pomidory może przygotować tyle smacznych i różnych potraw. Należy również pamiętać o tem, że wszelkie smakołyki, łakocie, cukierki, ciastka i

czekoladki dajemy dzieciom po zasadniczych pokarmach, a więc: po śniadaniu, obiedzie lub po kolacji.

Dzieci, które po kilkutygodniowym pobycie na wsi wróciły do wielkiego miasta, które całemi dniami przebywały na czystem, świeżem powietrzu, rozkoszując się pięknem lasów, pól i łąk zielonych, zaczną znowu w mieście więdnąć, jeżeli trafią w warunki, uwłaczające najprostszym zasadom higjeny.

Dr. S. Średnicki.

O szczepieniach przeciwdurowych.

Dur brzuszny należy do chorób wywoływanych przez zarazki chorobotwórcze. Zarazki te wydalają ludzie chorzy, jak również ozdrowieńcy, w tym wypadku niekiedy przez dłuższy okres czasu. Mogą to zresztą robić nawet ludzie zdrowi, kiedy już przestali być ozdrowieńcami. Ozdrowieńców, tak samo zresztą ludzi zdrowych, wydalających prątki tyfusowe nazywamy nosicielami.

Wobec nosicielstwa trudno jest tyfus zupełnie opanować drogą dezynfekcji i izolacji.

Opanować tyfus, a zatem uchronić się od zachorowania możemy jedynie drogą szczepień ochronnych.

Szczepień przeciwtyfusowych mamy dwa rodzaje, jedne drogą zastrzyków podskórnych, drugie szczepienia drogą doustną.

Szczepienie zapomocą zastrzyków daje niekiedy odczyn ogólny w postaci gorączki, rozbicia itp., w przeciwieństwie do szczepień dokonywanych drogą przewodu pokarmowego, gdzie oddziaływanie ustroju jest bardzo małe, lub niema go wcale. — Zresztą szczepienia doustne są znacznie prostsze w wykonaniu.

A zatem dla dzieci należy wybrać szczepienia dokonywane doustnie, jako łatwiejsze w wykonaniu i łagodne w przebiegu.

Szczepionka tyfusowa jest przygotowana w postaci pigułek, z bakterji zabitych, wysuszonych z domieszką innych środków.

Bakterje, dostawszy się do przewodu pokarmowego, przenikają przez ścianki jelit i pobudzają organizm do wytwarzania ciał odpornościowych.

Dawka zapobiegawcza składa się z 4 pigułek, które zażywa się w ciągu 4 dni naczczo.

Pigułki można spożywać codziennie w ciągu 4 dni, lub co 2, a nawet co 3 dzień.

Dorośli i dzieci od lat 5 otrzymują całą dawkę, dzieci młodsze, gdyż szczepienie można przeprowadzać od 2 lat, otrzymują w ten sam sposób tylko po pół pigułki.

Oddziaływanie jest jak już wyżej nadmieniłam niewielkie lub niema go wcale. Niekiedy widzimy kilkudniową biegunkę i to o niewielkiem nasileniu. Okres uodpornienia

trwa 6 do 12 miesięcy. Szczepienia można bez szkody dla organizmu powtarzać kilkakrotnie, nawet w krótkim odstępie czasu.

Szczepić należy dzieci zdrowe.

Szczepionkę wyrabia Państwowy Zakład Higjeny i sprzedaje po 1 dawce (4 pigułki) lub też po 50 dawek (200 pigułek) do masowych szczepień.

Wobec tego, że korzyść ze szczepień jest duża, radzimy bez obawy przeprowadzić je u dzieci.

Dr. Z. Glińska.

Ubranie dziecka a zmienność pogody.

Ubranie dziecka, jak zresztą i dorosłej osoby, jest w ścisłej zależności od pory roku, stanu termometru i barometru.

Ubranie dziecka jest jednak bardziej kłopotliwe w związku z jego mniejszą odpornością, większą skłonnością do t. zw. „przeziębienia".

To też już pierwszy spacer dziecka jest wielkiem zdarzeniem w każdym domu: „czy niema dziś wiatru, czy nałożyć dziecku 1 lub 2 kaftaniki, czy nie wziąć zapasowej kołdry, czy jeden kapturek wystarczy — i nieskończona liczba podobnych pytań — burzy spokój każdej matki — opiekunki.

Naogół dajemy sobie z temi kłopotami radę, i dzieci nasze prawie w każdą pogodę, o każdej porze roku korzystają z codziennego spaceru.



Obecnie jednak niejednokrotnie słyszymy narzekanie matek, że nie są w stanie odpowiednio dziecko ubrać:

Rano świeci słońce i jest ciepło, potem nagle słońce się chowa, zrywa się wiatr—muszą zbyt wcześnie wrócić do domu. A gdy w godzinę później znowu się wypogodzi, nie mogą dla wielu przyczyn znów na spacer się wybrać: Zbliżająca się pora śniadania, obiadu, zbyt duża odległość mieszkania od ogrodu,

trudności związane z wnoszeniem i znoszeniem wózka ze schodów itd.

Nie będę tłomaczyła, że dziecku w ten sposób dzieje się duża krzywda. Sądzę, że bardziej krzywdzimy dziecko, uszczuplając mu godziny spaceru, niż gdyby w gorszą pogodę przebywało na powietrzu.

Sprawa cała znajdzie jednak łatwe rozwiązanie, jeśli codzień przed wyjściem na spacer pamiętać będziemy o możliwej zmianie pogody. A zatem dzieci, pozostające w wózkach, wyjeżdżają na spacer lekko ubrane, nakryte cienką kołderką; w razie oziębienia się na skutek zmiany pogody wkładają zapasowy kaftanik, względnie zostają nakryte zapasową kołderką lub pledzikiem. Zarówno kaftanik, jak i kołderkę zapasową zdejmuje się natychmiast gdy znów się ociepli i umieszcza się je gdziekolwiek w wózku pod poduszką, pod becikiem, koło nóżek. Buda chroni dziecko od deszczu i wiatru — a zatem nie wrócimy z dzieckiem do domu przy każdej zmianie pogody. Gdy zaś przeciwnie zrana jest zimno, a potem się ociepli — zmienimy tylko porządek powyższego postępowania.

Z dziećmi starszemi, biegającemi samodzielnie, mamy znacznie mniej kłopotu. Wiecznie w ruchu, kochane wiercipięty, nigdy nie odczuwają zimna. Gdy pogoda w ciągu dnia ulegnie zmianie, możemy spokojnie zostawić je w lżejszem ubraniu; daleko posunięta przezorność każe nam zabrać na spacer płaszczyk, co stanowi bardzo nieduży bagaż. W dżdżysty dzień, starsze dzieci korzystać mogą z nieprzemakalnych pelerynek, płaszczyków i mimo deszczu odbywać swój codzienny spacer.

Rajtuzy, pończochy, buciki, kalosze i cały arsenał zimowej i późnojesiennej odzieży może spokojnie spoczywać w szafie w oczekiwaniu prawdziwie chłodnej jesieni i zimy. Obecnie wprawiłyby tylko nasze dzieci w zły humor, albo przyczyniłyby się do niepotrzebnego i szkodliwego przegrzewania.

Dr. T. Lewenfiszowa.

O kwaśnych przetworach mlecznych w odżywianiu niemowląt i dzieci.

Prócz zwykłego słodkiego mleka, mieszanek mlecznych i śmietanki, w odżywianiu dzieci znajdują zastosowanie kwaśne przetwory mleczne, do których należą: przedewszystkiem zwykłe mleko kwaśne, dalej maślanka, kefir i jogurt. Przetwory te są czasami niezwykle cenne, szczególnie u dzieci chorych na różne zaburzenia żołądkowo-jelitowe; bez zastosowania maślanki trudno myśleć o leczeniu cięższych zaburzeń jelitowych u niemowląt.

Tymczasem te właśnie kwaśne przetwory mleczne nie cieszą się naogół sympatją matek, które czasami obawiają się ich stosowania mimo kategoryczne zalecenia lekarza, lub chętnie wynajdują różne powody, aby tych kwaśnych mieszanek dziecku nie dawać. Jednem z najczęstszych jest twierdzenie, że dziecko nie chce przyjmować kwaśnej mieszanki, ze względu na ostry smak, lub też ze względu na większą gęstość i drobne grudki roztartego sernika.

Musimy więc możliwie szczegółowo omówić znaczenie i ogólne własności lecznicze tych kwaśnych przetworów mlecznych, a także zwrócić uwagę na pewne trudności, które napotkać może matka ze strony dziecka przy ich stosowaniu na zlecenie lekarskie.

Te wszystkie kwaśne przetwory mleczne należą bowiem do grupy t. zw. pokarmów lub mieszanek leczniczych i u niemowląt lub dzieci zupełnie zdrowych niewielkie mogą znaleźć zastosowanie (za wyjątkiem zwykłego mleka kwaśnego u dzieci nieco starszych). Będziemy omawiali kolejno sposoby przygotowania różnych kwaśnych pokarmów mlecznych, ich własności ogólne, wreszcie znaczenie ich i sposoby stosowania w odżywianiu chorych niemowląt i dzieci.

Zaczniemy od zwykłego mleka kwaśnego. Mleko surowe, niezbierane, pozostawione w naczyniu, zależnie od temperatury otaczającego powietrza, po upływie 24—48 godzin kwaśnieje i wskutek powstającego kwasu zsiada się, dzieląc się na dwie warstwy. Prócz tego, na powierzchni zbiera się mniej lub więcej gruba warstwa kwaśnej śmietany. Zjawienie się kwasu zależne jest od rozwoju w mleku niektórych drobnoustrojów, które rozkładają cukier mleczny na kwas mlekowy i kwas węglowy. Proces ten nazywamy fermentacją mleka.

Samoistne kwaśnienie mleka odbywa się więc pod wpływem drobnoustrojów dostających się do mleka przygodnie z powietrza i naczyń

w czasie przewlekłej wędrówki mleka, począwszy od chwili udoju, aż do trafienia do rąk spożywcy. Stąd też im bardziej mleko jest czysto wydojone i przechowywane, a zwłaszcza oziębione, tym więcej czasu potrzeba dla jego fermentacji.



Mleko kwaśne otrzymane drogą tej „naturalnej“ fermentacji nie bywa nigdy jednostajne co do swej jakości, smaku i innych cech. Zależnie od siły i natężenia fermentacji, czystości lub zanieczyszczenia szkodliwemi dla właściwej fermentacji kwaśnej drobnoustrojami, — mleko może być dobre i smaczne lub złe i mało nadające się do spożywania. Albo wskutek zbyt szybkiej i silnej fermentacji cukru mlecznego mleko będzie zbyt kwaśne lub też fermentacja wskutek zanieczyszczeń może odbywać się nieprawidłowo. Przy nieprawidłowej fermentacji w mleku powstaje cały szereg różnych innych kwasów (np. octowy).

Ten krótki zarys poucza, że zależnie od jakości mleka i sposobu postępowania z niem można otrzymać dobre lub złe mleko zsiadłe.

Aby uniknąć tych wahań jakości mleka kwaśnego otrzymywanego przy t. zw. naturalnym sposobie kwaśnięcia, — uciekamy się do zakwaszania mleka słodkiego za pomocą dodania niewielkiej ilości uprzednio otrzymanego dobrego mleka kwaśnego. W ten sposób, „zakażając“ mleko słodkie właściwemi gatunkami bakterji, wywołujemy w niem szybko pożądany i właściwy kierunek fermentacji kwaśnej.

Jeszcze bardziej „czyste“ i jednolite mleko kwaśne otrzymujemy zakwaszając jak wyżej mleko słodkie ale uprzednio gotowane. Stąd już jeden krok do wytwarzania t. zw. jogurtu, czyli mleka kwaśnego bułgarskiego.

W poszukiwaniu jak najbardziej „czystej“ i prawidłowej fermentacji kwaśnej mleka, różni badacze wyosobnili pewne tylko specjalne rodzaje bakterji najbardziej nadające się do tego celu. Jednym z tych gatunków bakterji jest t. zw. lasecznik bułgarski, który wywołuje w mleku potężną fermentację kwaśną.

Zaczyn zawierający te drobnoustroje nosi nazwę „maya“ i służy do otrzymywania jogurtu.

Jogurt wytwarza się więc z mleka krowiego, uprzednio długo gotowanego, aż do wyparowania 1/3 części wody, a następnie po ostudzeniu do 45° zakwaszonego zaczynem. Jogurt dla użytku dzieci może być przygotowany bez uprzedniego wyparowania mleka (gdyż staje się zbyt gęsty), lecz tylko przy zwykłem kilkunastominutowem gotowaniu.

Jogurt jest produktem bardzo kwaśnym, zawierającym duże stężenie kwasu mlekowego, sernik mleka ulega w nim częściowemu strawieniu i rozpuszczeniu; powinien być spożywany wkrótce po przygotowaniu. U dzieci powinien być stosowany w postaci rozcieńczonej w połowie kleikiem i mocno osłodzony.

Pewną odmianę, jogurtu można otrzymać używając do zakwaszenia — mleko uprzednio odtłuszczone (zebrane) i przegotowane. Ten produkt jak zobaczymy dalej bardzo jest zbliżony do t. zw. maślanki używanej szeroko w lecznictwie niemowląt, różniąc się od niej głównie znacznie większą kwasotą.

Na zakończenie tej pierwszej części artykułu, trzeba zaznaczyć „że lecznicze własności różnego rodzaju kwaśnych przetworów mlecznych oddawna już są znane i wykorzystywane. Własności te zależą od różnych przyczyn, których szczegółowo nie możemy omawiać, lecz między innemi odgrywa tu rolę wpływ na przywrócenie normalnej fermentacji w jelitach; pozatem, uprzednia częściowa przeróbka pod wpływem fermentacji składników mleka czyni go bardziej strawnem i przyswajalnem.

(d. c. n.).

Dr. Jerzy Wiszniewski.

WSKAZANIA JESIENNE.

„Marjanno, jak tam na dworze?“ (wróciła właśnie służąca z „miasta“.) „O! zimno, proszę pani!“ „Trzeba dziś Tadzikowi sweterek włożyć pod paltko i cieplejsze pończochy“, decyduje pani domu. I poszedł Tadzik do parku Ujazdowskiego w sweterku, włożonym przemocą pomimo najgorętszych jego protestów.

Nadchodzi ciocia. „Jak tam na dworze, Aniu?“ pyta mamusia Tadzika; podobno bardzo zimno“? „Co ty mówisz? Takiem się zgrzała! Na chwilkę wpadłam, ale muszę koniecznie choć żakiet rozpiąć“. I wątłą, chora na serce, tak się łatwo męcząca ciocia Ania ociera zroszoną potem i zarumienioną twarzyczkę. „Ach ta niemądra Marjanna! gotów mi się Tadzik znów spocić i zaziębić! Ileż to już razy tak było, jak za ciepło ubrany“, biada mama, skłonniejsza do uwierzenia inteligentnej kuzynce, niż „prostej“ służącej. Zapytany o pogodę astmatyczny dziadzio odpowiedziałby znów inaczej, inaczej skaut zapalony.

A tak łatwo mieć pewniejsze dane, niezależne od kompleksji, wieku, zdrowia, wogóle bardzo subjektywnych odczuwań pytanego o stan pogody osobnika. Termometr za oknem to sprzęt niezbędny! Termometr do mierzenia gorączki znalazł już prawo obywatelstwa w niejednym domu, każdy lekarz bowiem na orzeczenie mamy, że jej Tadzik czy Zocha gorączkuje od pewnego czasu, pyta niezmiennie: „A mierzyła pani temperaturę?“ Potrafi nawet wyśmiać niepotrzebnie zatrwożoną mamę, a rubaszny, niedelikatny i wykpić wreszcie.

Walczymy z tem, kiedy termometr do kąpieli zastępują mamki i nianie (tak często) łokciem własnym. Sposób wygodny, ale niezwykle zawodny. Temperaturę zaś w pokoju przed przystąpieniem do palenia w piecach, sprawdza służba zapomocą chuchania. Operacja nietrudna, ale albo się parę widzi, albo jej nie widać — gdzież cała gama różnic w natężeniu ciepła?

Ale już najrzadziej spotyka się termometr, wiszący za oknem. A jed-

nak wielce to ważny i wygodny instrument, szczególniej dla mamy młodszej dziatwy. Radzę naszym czytelnikom poważnie zwrócić na to uwagę. Naogół obserwuje się stale tendencję do zdobienia mieszkania przeróżnemi serwetkami, storami, poduszkami, wazonikami, bynajmniej nie taniemi, kiedy o wygodzie myśli się naogół znacznie mniej. Ale, dajmy na to, jest już termometr za oknem. To nie wszystko! Czy wiatr jest, czy go niema — to taka szalona różnica! i czy poprowadzimy dzieci na spacer po słonecznej stronie czy po cieniu. No i pora dnia. Obecnie, w dni jesienne szczególniej. Tyle gorących, upalnych nawet w Polsce miewamy południ wrześniowych, a nawet październikowych, kiedy odwieczerza bywają bardzo różne: raz ciepłe, raz b. chłodne, ranki również. Bardzo duża między niemi, a resztą dnia różnica. To okres roku, kiedy się tak łatwo zaziębić dziatwie nie z powodu za lekkiego, ale właśnie często zbyt ciepłego ubrania na spacerze. Pamiętajmy o tem! Pilnujmy nieinteligentnych czy młodych, niedoświadczonych niań.

Józefa Gażyńska.



TESTY WINKLERA.

Instytut Nauczycielski Warszawski zainteresował się ostatnio sprawą testów dr. Herberta Winklera. Ponieważ sprawa ta jest b. aktualną i powinna zainteresować szerszy ogół matek i wychowawczyń — podaję tu szereg wiadomości i uwag tyczących się testów Winklera.

Za pomocą testów badano dotąd iloraz inteligencji danego dziecka, kreślono jego poziom rozwoju — testy Winklera rozstrzygają, czy dane dziecko posiada te właściwości umysłowe, które są niezbędne, by móc zacząć naukę szkolną. Praca Winklera oparta jest na wynikach

otrzymanych od 800 dzieci wstępujących do szkoły. Badane dzieci wykazywały specjalne cechy swego umysłu i tem dały dowody, czy mogą, czy też nie mogą rozpoczynać nauki szkolnej, czy dostępne dla nich będą przedmioty nauczania w szkole.

Badane dziecko nie powinno być zmęczone, ani długo czytać. Wszystko powinno być poprzednio przygotowane, badający powinien dziecko ośmielić i zainteresować próbą, która przy korzystnych warunkach potrwa około 30 minut.

Zadań jest 17. Przy ich pomocy badający stwierdzi jak rozwinięte są u dziecka: 1) kombinacja konstrukcyjna, 2) ujmowanie kształtów, 3) pamięć ruchowa, 4) pamięć słuchowa, 5) pamięć treści opowiadania, 6) ujmowanie trudnych słów, 7) wymowa, 8) ujmowanie liczb, 9) pamięć wzrokowa, 10) nazywanie rzeczy, 11) fantazja, 12) nazywanie barw, 13) tworzenie pojęć, 14) zdolność obserwacji, 15) szybkość pojmowania, 16) zręczność ręki, 17) wytrwałość i zdolność skupienia.

O ile dziecko wykaże negatywne właściwości swej umysłowości w stosunku do owych 17 prób — temsamem wykaże, że jest niedojrzałe do pracy szkolnej, że trudy nauczycieli pójdą na marne i praca nie da żadnych rezultatów.

Badania Winklera wykazują jasno, jak szkodliwe jest przedwczesne zapisywanie dziecka do szkoły. W klasie dziecko takie nie czyni postępów, nie może ogarnąć całego zasobu wiadomości wtłaczanych do niedojrzałej jego główiny. Gdyby rodzice poczekali cierpliwie, aż ogólny rozwój dziecka pozwoli mu dojrzeć umysłowo do pracy szkolnej — szkoła miałaby znacznie mniej kłopotu z nieprzygotowanemi dziećmi.

Przyjrzyjmy się teraz w jaki sposób owych 17 zadań rozstrzyga o dojrzałości psychicznej i przydatności dziecka do szkoły.

Przy rozwiązywaniu zadania 1.— (kombinacja konstrukcyjna) dziecko otrzymuje klocki i składa je według wzorów — badający mówi: „Zbuduj to, co jest tu na obrazku“: Zadanie 2 (ujmowanie kształtów) — na czarnem tle stawia się przed dzieckiem kolejno kilka kształtów (kwadrat, trójkąt) w celu przerysowania. Instrukcja brzmi: „Rysuj to“. Zadanie 3 (pamięć wzrokowa) dziecku poleca się przyjrzeć się ruchom badającego, wykonanym w popowietrzu i następnie oddać je rysunkiem.

Zadanie 4) (pamięć słuchowa) — dziecko powtarza 6 słów — np. drzewo, krzesło, pies, kamień, dom; kwiat. Zadanie 5 (pamięć treści opowiadania) badający opowiada króciutką powiastkę, czas potrzebny do przepowiedzenia jej przez dziecko trwa 30 sekund.

Zadanie 6 (ujmowanie trudnych słów) mówi się dziecku osiem trudnych, niezrozumiałych wyrazów, np. entemagnum, które dziecko powinno za badającym powtórzyć.

Zadanie 7 (wymowa) — dziecko powinno powtórzyć dokładnie zda-

nie w rodzaju: „Widziałem trzy aeroplany.

Zadanie 8 (ujmowanie liczb) — dziecku pokazuje się kartkę z punktami na przeciąg 1 sek. następnie musi ono powiedzieć ile było punktów. Kartek takich, o różnej ilości punktów (do 8) jest 6.

Zadanie 9 (pamięć wzrokowa) daje się dziecku szereg drobnych przedmiotów, którym powinno się przyjrzeć, a po schowaniu wyliczyć ile zapamiętało.

Zdanie 10 (nazywanie rzeczy) tu idzie o zbadanie posiadanych przez dziecku wiadomości i umiejętności wysłowienia się. Pokazuje się dziecku obrazek powinno nazwać wszystko, co na nim zauważy.

Zadanie 11 (fantazja) dziecko ogląda ten sam obrazek i opowiada co się na nim dzieje.

Zadanie 12 (nazywanie barw) — daje się dziecku 15 barwnych papierków — badający pyta o *4* barwy zasadnicze, potem o resztę.

Zadanie 13 (tworzenie pojęć) — dziecko definjuje znane przedmioty. Naprz. „powiedz co to jest lalka (kot — żołnierz)".

Zadanie 14 (zdolność obserwacji) pokazuje się dwa obrazki i poleca poczynić jak największą ilość obserwacji drogą porównania.

Zadanie 15 (szybkość pojmowania) dziecko ma przed sobą tablicę z przedmiotami, badający pyta o nazwy przedmiotów w dowolnej kolejności, następnie poleca mówić rzeczy po kolei od lewej strony ku prawej tak, jak prędko dziecko potrafi.

Zadanie 16 (zręczność ręki) daje się dziecku figurę i poleca wyciąć nożyczkami wzdłuż kresek.

Zadanie 17 (wytrwałość i zdolność skupienia) tu żądamy od dziecka skupienia się przez dłuższy czas na pewnym przedmiocie. Na pokratkowanym arkuszu dziecko ma rysować kółko i krzyżyk tak długo, jak będzie miało ochotę.

Oto wszystko. Obecnie, gdy po wakacjach nowe zastępy dzieci zostaną przyprowadzone do szkół — powinni rodzice dobrze pomyśleć nad testami Winklera. W handlu można nabyć cały komplet środków pomocniczych do badań metodą Winklera (cena zł. 4).

Nie przeciążajmy zbytnią pracą niedojrzałych umysłów dziecięcych i nie przysparzajmy trudu i tak przepracowanym nauczycielom.

J. Mackiewiczówna.

Dziecko upośledzone i nerwowe powinno być otoczone specjalną opieką.

Inscenizacja piosenek.

c. d.

Jako wstęp do załączonej piosenki damy krótkie opowiadanie o pajacu. Może to być pajac, który dziecko posiada, lub widzi na obrazku, albo ten z wystawy, podziwiany kiedyś przez szybę. Że w dzień siedzi sobie cicho i grzecznie, a w nocy tańczy i wyśpiewuje. A jak ładnie, jak wesoło! Posłuchaj!

Wysoka czapeczka i kryza z kolorowej krepiny, kokardy u kostek rąk i nóg, dzwoneczek od dziecinnych lejc przy kokardzie — i już. Fatyga doprawdy niewielka, a radości co niemiarra.

Przy słowach „Jestem pajac „Bim, Bom, Bam“, dziecko kłania się, unosząc rączki w górę i pochylając się do ziemi. Od słowa „różne“ do „znam“ — klaszcze wesoło w rytmie piosenki. W dalszym ciągu zastosujemy podskoki naprzód raz na lewej nodze, aż do słów „hop, sa, sa“.

Do słów „rączki w ruch‘ szybkim ruchem dziecko wyrzuca ręce w bok do poziomu ramienia i odrazu opuszcza, chwytając biodra; na słowa „nóżki w ruch“, staje podskokiem w rozkroku i odrazu wraca do pozycji pierwotnej.

Do słów „kto tak zrobi, ten jest zuch“ podskakuje na miejscu na zwartych stopach, trzymając ręce na biodrach.

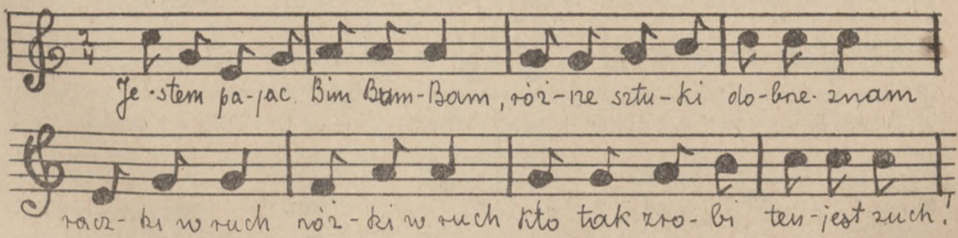
Jeżeli w zabawie bierze udział kilkoro dzieci, każde pokolei jest pajacem.

Druga piosenka przeznaczona jest dla dzieci od 6 — 7 lat.

Piosenka o zającu.

W zielonym lesie pod krzaczkiem mieszkał sobie zajączek. Taki był szary i okrągły, jak piłka, a taki puszysty, jak twoje futerko. Chodzić nie umiał, ale zato...— zgadnij!... — Tak! skakał wspaniale — Pewnie dlatego nóżki zająca nazywają się skoki.

Razu pewnego wybrał się ten zajączek na pole, gdzie rosła kapusta. A trzeba ci wiedzieć, że liście kapusty to dla zajęcy wielki przysmak, ot tak, jak dla ciebie najlepsza czekoladka.



Kic! kic! podskakuje zajączek od krzaczka do krzaczka, rozgląda się wokoło i słucha uważnie, czy mu nic nie grozi. Aż tu raptem... szczekanie psów i wielką wrzawę słychać zdaleka. Ojej! Malutkie serduszko zadrżało w nim ze strachu! Przycupnął coprędzej pod wielką gruszą, która w polu rosła i nadstawia słuchy, z której strony zbliża się nieprzyjaciel. Ale hałas był jeszcze daleko.

Tylko trawy i kwiaty szumiały cicho. I tak mu śpiewały:

A zajączek tylko słuchami rusza niespokojnie to na dół to do góry, o tak: (dwa palce wskazujący i środkowy — inne zwarte — przystawiamy do głowy powyżej skroni i w tempie piosenki zginamy i prostujemy palce jeden ruch na dwa dźwięki melodji. Ruch ten powtarzamy w ciągu dwóch wierszy pierwszej zwrotki czyli do słów „nie wiedzą" włącznie. Postawa kuczna lub siad turecki. Do tekstu „psy po polu rozpuścili, krzyk i łoskot uczynili" uderzamy szybko o ziemię zgiętemi palcami odwróconych dłoni.

Przy słowach „był tu kot", po wtarzających się dwukrotnie, wskazujemy wyciągniętym palcem raz na prawo, raz na lewo).

A tak się użalał:

— Cóż ja tym myśliwym zawinił, zawinił,
Czym jakową szkodę uczynił uczynił?

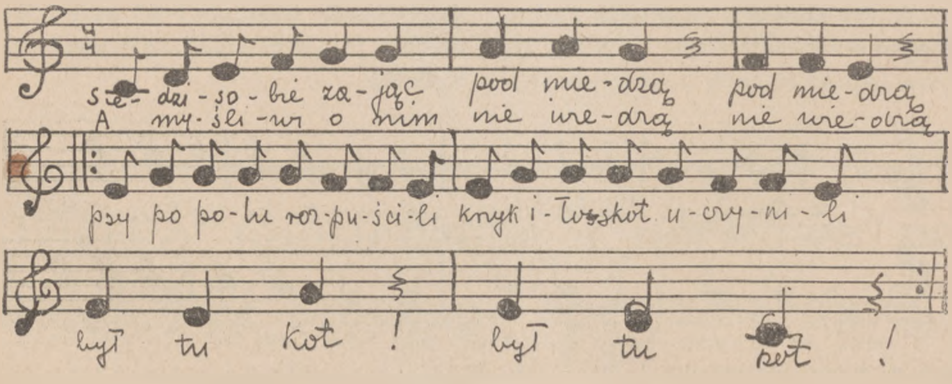
(pierwszy i drugi wiersz ilustrujemy tak samo rozkładając bezradnym ruchem ręce przy słowach „cóż ja tym myśliwym" i kiwając żałośnie głową na „zawinił, zawinił"

— Choć w kapuście często siadam,
Po listeczku tylko zjadam:

Chrup, chrup, chrup, chrup, chrup, chrup,

(w dalszym ciągu ruchem rąk naśladujemy skubanie listków, podnosząc kolejno rękę od ziemi ku ustom, a prrzy słowach „chrup, chrup, chrup", uśmiechając się pochylamy głowę bocznym ruchem to na prawo to na lewo).

A gdy zajączek upewniwszy się, że psy daleko wtedy, oglądając się



przezornie — dokola zaśpiewal wesolo:

— Rozpuścili charty ze smyczą,
ze smyczą
I myśleli, że mnie pochwycą, pochwycą.
Oni mówią sa, sa, sa, sa!
Ja czemprędzej myk! do lasa.
Już ja pan! Już ja pan!

(w pierwszym dwuwierszu ilustrjemy sytuację długim skradającym się krokiem, ręce wtyl — oglądamy się na prawo i lewo).

W następnym wierszu, przykładając dlonie do ust, jakby dla wzmocnienia głosu, naśladujemy wołanie myśliwych, to w prawo to w lewo, a przy słowach „ja czemprędzej myk! do lasa — skoki wprzód na zwartych stopach i siad turecki Do slów „już ja pan" dwukrotne klaśnięcie i otwarcie rąk z uniesieniem dłoni ku górze dla wyrażenia radości).

Na podstawie dlugoletniej praktyki śmiem twierdzić, że piosenki inscenizowane interesują każde dziecko, zarówno niemuzykalne, jak i apatyczne z natury. Rzecz prosta, że praca ta wymaga, jak zresztą każda inna, pewnego nakładu czasu, dobrej woli, odrobiny umiejętności.

Jednakże przy tym systemie nauczania piosenek w krótkim już czasie zaobserwować możemy duży, postęp zarówno w ogólnym rozwoju dziecka jak i jego umuzykalnieniu, a to, przypuszczam, będzie najlepszą zachętą dla troskliwej i czujnej myśli matczynej.

Zachętą a zarazem nagrodą za każdy podjęty w tej dziedzinie wysiłek.

J. Kaźmierczakowa.

Poradnia Tow. Wych. Przedszkolnego.

Pół roku temu Towarzystwo Wychowania Przedszkolnego założyło poradnię wychowawczą.

O poradni tej pisaliśmy już w Młodej Matce, wyjaśniając jej cel i znaczenie. Obecnie chcemy czytelnikom Młodej Matki zdać krótką relację z działalności.

W ciągu niedługiego swego istnienia, poradnia zbadała przeszło 50 dzieci i udzieliła odpowiednich wskazówek matkom. Niejednokrotnie udało się zadzierzgnąć węzły przyjaźni z małemi pacjentami i dzięki często, powtarzającym się wizytom, wywierać stały wpływ wychowawczy. W wielu wypadkach, nie poprzestając na radach teoretycznych i sugestji wywieranej na dziecko, poradnia dopomagała matkom praktycznie w rozwiązaniu trudności wychowawczych, przez umieszczenie dziecka w odpowiedniem przedszkolu, dostarczenie dobrej wychowawczyni, udzielenie pomocy w nauce (jeżeli chodziło o dziecko starsze) i t. d.

Poza radami bezpośredniemi, udzielonemi na podstawie badania dziecka — wiele matek żądało od poradni wskazań, dotyczących lektury dla dziecka, lektury pedagogicznej dla siebie, racjonalnego urządzenia pokoju dziecinnego, doboru zabawek, odpowiedniego dla danego wieku i t. d.

Dużą ilość zgłoszeń i serdeczność jaką matki darzyły poradnię, przypisać należy zaufaniu do Towarzystwa, pod którego egidą rozwija się poradnia. Towarzystwo Wychowania Przedszkolnego, od szeregu lat pogłębia wiedzę swoją o dziecku w wieku przedszkolnym i zna doskonale jego potrzeby.

W roku bieżącym poradnia projektuje rozszerzenie swej działalności przez współpracę ze Związkiem byłych uczenic Seminarjum Państwowego. Projektowane jest prowadzenie świetlicy poobiedniej dla dzieci w wieku przedszkolnym, oraz pośredniczenie w tworzeniu małych kompletów dla dzieci od lat 3—7, nie mogących współżyć w dużej gromadzie dziecięcej.

Godziny i dni badania psychonia lekarskie pozostają niezmienione (wtorki od 5—7 pp.).

Godziny i dnie badania psychologicznego i rozmowy z matką ustalone będą przez kancelarję przy zapisywaniu dziecka.

Od 27-go września poradnia przeniesiona zostaje na ulicę Nowowiejską 21 do nowego lokalu Seminarjum Państwowego.

Z. Bogdanowiczowa

Nasze rozmowy na spacerze.

Krótsze dni, mgliste ranki i chłodne wieczory, na wsi już pusto a w mieście owocowe plony wabią oko pięknem i barwą. Idziemy z dziećmi na spacer, możemy sobie porozmawiać o owocach.

Mówimy o ziemi, która rodzi corocznie obficie przeróżne owoce na pożytek człowieka i zwierząt.

Czy pamiętacie nieprzebrane mnóstwo kwiatów na jabłoni? Nie wszystkie zamieniły się w piękne rumiane jabłka, gdyby tak było, gałęzie odrazu połamałyby się pod ciężarem. Część kwiatów opada, bardzo dużo malutkich jabłuszek niszczą różne gąsienice, tylko dorasta i dojrzewa hodując w swoim wnętrzu nasionka jabłoni część owocu.

W każdym owocu tkwi nasienie, otoczone mięsistą i smaczną osłoną, przeznaczoną na pokarm ludziom i zwierzętom. A nasienie czeka, aby przypadek rzucił je w ziemię.

Przypomnijcie sobie różne owoce. Jak wygląda pestka, którą wypluwacie z wiśni. A jak znowu ogromnie twarde nasienie śliwki? A w jabłku widzicie jak ukryte są drobne nasionka w małych przegródkach z błyszczących łuseczek? I w gruszce jest podobnie. A teraz patrzcie: na wózku wiozą, wielkie zielone kule arbuzów. Jeden rozkrojony pokazuje apetyczne różowe wnętrze. Prawda, że dopiero widzicie, jaki to ogromny owoc i ile nasionek mieści się w jego wnętrzu. Arbuzy sprowadza się do nas z krajów trochę cieplejszych, u nas rosną tylko pod oknami inspektu, ale czy nie uważacie, że arbuz



bardzo jest podobny do naszej zwyczajnej dyni? Tylko dynia wyrasta o wiele większa i większe ma nasiona, te dobre białe pestki, które lubicie tak zajadać. I jeszcze wam powiem, że i ogórek należy do bliskiej rodziny arbuza, gdy go rozkroicie, znajdziecie także podobieństwo w wyglądzie „mięsa" i nasionek. Ale popatrzmy na różne inne owoce. Pełno ich wszędzie: na wózkach leżą w stosach, na stra-

ganach, w koszach i za oknami sklepów ślicznie poukładane. Jabłka, gruszki, wspaniałe śliwki, brzoskwinie, pokryte śmiesznym puszkiem, słodkie winogrona, czerwone pomidory, pomarańcze, cytryny. Wszystko co rodzą nasze ogrody lub się przywozi z krajów, gdzie słońce mocniej grzeje.

Teraz jak będziemy jeść owoce w domu koniecznie musimy obejrzeć sobie dokładnie, jak wyglądają nasionka. Możemy sobie wyjąć po parę, wysuszyć, a potem porównywać różne ze sobą, żeby też zapamiętać, które do których owoców należą.

A jeszcze na polu i w lesie, dojrzewa dużo takich owoców, których ludzie nie jedzą. Na krzaku dzikiej róży dojrzewają, dla ptaków czerwone owoce głogu. Dojrzewają białe kulki jemioły, śliczne korale jarzębiny, dziki bez.

Niektóre rośliny skończą swoje życie, zostawiając po sobie tylko trochę nasionek, które rozwiną się wiosną.

Drzewa niedługo będą odpoczywać, ale zanim ten czas przyjdzie muszą wydać owoce i nasiona.

Różne krzewy i drzewa w parku także mają swoje owoce, nie tak smaczne jak te inne. Czy widzieliście jak rosną zielone kolczaste owoce kasztana?

Przyszedł czas, że spadły i rozłupały się skorupki i wyłuskał się błyszczący kasztanek. Ale wtedy już jesień.

J. Brzósko-Guderska

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. Pani St. Zielińskiej. Djeta pani dziecka może przedstawiać się następująco: 6 — pierś, 9.30 pierś, 13 — kasza na smaku z jarzyn i jarzyny, 16.30 — pierś, 20 — 180 gr. mleka + 2 łyżki od herb. cukru + sucharek. Następnie co 2 tygodnie należy zamieniać jedno karmienie piersią na 180 gr. mleka z cukrem, dodając do tego jakąś kaszę — mannę, krakowską lub tapiokę. Dziecko pani było zbyt długo na samej piersi. Poza wyżej wymienioną djetą dziecko może dostawać surowe soki — z marchwi lub pomidorów od 1 do 5 łyż. od herb.

2. *Pani E. Dworakowskiej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

3. Pani J. Zajdmanowej. To samo.

4. Pani A. Rogolskiej. Podejrzewamy robaki. Należy oddać kał dziecka do badania. W razie stwierdzenia pasożytów lub ich jaj lekarz domowy przepisze odpowiednią kurację.

5. Pani I. Abramowskiej. Słaba nadzieja. Należy jednak zwrócić się do specjalisty neurologa.